



21 mars

Journée internationale des forêts

18 - 26
mars 2023

Synergie la nature et l'homme:s'enraciner en forêt

Créations Silencieuses
à Caudies de Fenouillèdes (66220)

Environnementale

Sociale

Type d'activités

Sorties et animations (Bains de forêt, sylvolthérapie)

Visites (Autre(s) : sentier découverte)

Description du projet



Cette association a pour objet de contribuer à l'autonomie et au bien-être de l'homme et d'en assurer la promotion.

L'Association Créations Silencieuse vous propose une immersion en forêt au col de Campérié sur son sentier de découverte (route Lapradelle-Puilaurens/Quillan). Vous êtes-vous déjà rendu compte de l'apaisement que vous ressentez en pleine nature, de la facilité que nous avons à communiquer en ce lieu, comment à son contact, votre être s'apaise. Ce que nous vous proposons, c'est de vous ouvrir à votre ressenti, à vos sensations, à vos sens rien qu'en étant à l'écoute de la forêt. Nous passerons donc un moment dans notre silence et nous laisserons ses habitants, les éléments et nos sens nous parler.

Après cette pause d'écoute, nous ferons une initiation à l'enracinement. Se mettre au diapason de la nature, de notre nature, s'équilibrer avec nous-même, c'est « être poser », les pieds bien au sol, d'où le terme « bien dans ses baskets ».

Comprendre ce que la nature nous donne, c'est réaliser qu'elle nous est indispensable et qu'il nous faut la préserver car elle peut nous survivre mais nous, sans elle, nous serons limité dans le temps...

Les ateliers auront lieu les :

Samedi 18 mars 2023 de 11h à 12h00 (12h30)

Dimanche 19 mars 2023 de 14h00 à 15h00 (15h30)

Vendredi 24 mars 2023 de 14h à 15h00 (15h30)

Samedi 25 mars 2023 de 11h à 12h00 (12h30)

Dimanche 26 mars 2023 de 14h00 à 15h00 (15h30)

Pour les horaires, il se peut que l'atelier dure plus longtemps

Prix de l'atelier pour les adultes: 5 euros

Gratuit pour les enfants

Les réservations sont obligatoires (nous préférons rester en petit comité afin que chacun puisse s'exprimer)

Tel: 07 49 92 23 71

Courriel: creationsilencieuses@gmail.com

Venez avec : eau ou boisson chaude (nous avons mis des horaires qui tendent à des températures agréables mais au col il peut faire frais)

Si vous voulez pique-niquer ou goûter après l'atelier, le lieu est agréable et sera heureux de vous accueillir

Venez avec qui vous êtes, vêtements chauds, des chaussures confortables et de bonnes chaussettes!

Au plaisir de notre rencontre...

Les ateliers seront annulés en cas de mauvais temps

Infos pratiques

Lieu de rendez-vous

col de campérié sentier decouverte
Col de Campérié
11140 Lapradelle Puilaurens

Horaires

11h00

Téléphone

0749922371

Email

sachapereiralopes@gmail.com

Réservation obligatoire
OUI

Tarif
5